

La forza del biancospino

I greci se ne servivano per adornare gli altari nuziali. Oggi invece, il biancospino (*Crataegus oxyacantha*, appartenente alla famiglia delle *Rosaceae*) è una pianta molto diffusa nelle nostre campagne, e non manca nemmeno nei nostri parchi.

Pare che il nome del genere (*Crataegus*) sia da attribuire al filosofo e naturalista greco Teofrasto, allievo di Aristotele. Esso deriva da *kratos*, "forza", evocativo della durezza del legno. *Oxyacantha* significa invece "dalle spine aguzze".

Il biancospino ha un portamento cespuglioso, è spontaneo in tutta Italia, dalla pianura fino a 1500 m di altitudine, è comune nelle siepi (ottime per recinzioni e come rifugio per gli uccelli), nelle macchie e nei boschi. È di crescita lenta ma può raggiungere i 500 anni di età, non ha esigenze particolari per quanto riguarda il terreno, sopporta drastiche potature, si riproduce e si trapianta con facilità, ha una corteccia giallo-grigiastro, screpolata che si imbrunisce con l'invecchiamento. I rami hanno lunghe spine. Le foglie, di color verde lucente, sono alterne, a margine finemente dentato, con 3-5 lobi poco profondi e stipole appaiate alla base di ciascuna foglia. I fiori compaiono da aprile a giugno e sono dei corimbi bianchi molto profumati, costituiti da un calice di 5 sepali e una corolla di 5 petali liberi; gli stami sono rossi, mentre i 2 o 3 stili presentano un colore bianco-verde. Il frutto è una drupa rosso-corallo, arrotondata, farinosa, che in autunno diventa più scura e fornisce cibo invernale agli uccelli che, attraverso gli escrementi, ne



favoriscono la disseminazione (ogni frutto contiene 2-3 semi).

Il *Crataegus monogyna*, molto diffuso, si differenzia dall'*oxyacantha* per i lobi (3-7) delle foglie meno arrotondati, profondamente divisi, a margine non dentato, ma soprattutto per avere dei frutti ovoidali contenenti un solo seme. Spesso le varietà ornamentali da giardino sono ibridi proprio di *C. oxyacantha* e *C. monogyna* con fiori anche doppi e di colore rosa o rosso scarlatto.

COME PUÒ ESSERE USATO E PER COSA

Ipertensione: 3 tazze al giorno, per 3 settimane al mese, di infuso di fiori essiccati (50 g di fiori in 1 litro di acqua bollente).

Palpitazioni: al momento della crisi bere 1 tazza di infuso (20 g di fiori secchi in 1 litro di acqua bollente).

Insonnia, nervosismo: prima di coricarsi bere 1 tazza di infuso (30 g di fiori secchi in 1 litro di acqua bollente).

Diarrea: 2 tazze al giorno di infuso di frutti maturi seccati (10 g in 1 litro di acqua bollente).

Il biancospino nei nostri parchi

L'autunno è il momento migliore per chi vuole osservare e fotografare il biancospino. Le sue bacche rosse, infatti, oltre a renderlo molto fotogenico, permettono di riconoscerlo facilmente.

Al Parco delle Cave è presente nell'area naturalistica. Ma, come molte altre piante del parco, è stato piantato da poco e quindi non ha ancora raggiunto la sua dimensione da "adulto". Al Boscoincittà, invece, il biancospino è un ospite più antico e non bisogna faticare per trovarlo: ce ne sono molti esemplari sia all'interno delle zone boschive che sui margini tra bosco e prato. La presenza di altre piante e la scarsità di luce sono il motivo per cui all'interno del bosco le dimensioni del biancospino sono ridotte rispetto a quello che vive sui margini.

Arteriosclerosi: 3 tazze al giorno di infuso (50 g di fiori essiccati in 1 litro di acqua bollente).

Un **infuso** si prepara versando acqua bollente sulla droga, dopo circa 10 minuti si cola il tutto attraverso una muscolina o un colino a maglia fine. L'infuso è un tipo di **tisana**, dove è l'acqua che estrae i principi attivi dalla pianta. Sono tisane anche il decotto in cui si mette la pianta in acqua fredda e si fa bollire successivamente, e il macerato in cui si lascia la pianta in acqua fredda per una notte, un giorno o addirittura settimane.

ANDREA COBIANCHI

Fa bene al cuore

Gli uomini preistorici si cibavano delle drupe rosse dei biancospini, e ancora oggi, nelle regioni del basso Danubio, la gente del posto usa una farina ricavata dai frutti essiccati per produrre una specie di schiacciata. Sin dai tempi più antichi, inoltre, questo arbusto veniva usato come diuretico e astringente. Recentemente, alcuni ricercatori statunitensi hanno scoperto la sua potente azione sul cuore e in letteratura vengono indicate interessanti proprietà: antispastico, febbrifugo, ipotensivo, sedativo, cardiotonico. La parte della pianta che è maggiormente utilizzata per prepara-

ti medicamentosi (quella che contiene la maggior quantità di principi attivi) è il fiore essiccato. Il cosiddetto "tempo balsamico" per la raccolta, il periodo in cui la concentrazione dei principi attivi nel fiore è massima è la prefioritura: si raccolgono i fiori, infatti, quando stanno per schiudersi, i boccioli si apriranno poi durante l'essiccazione. Una volta fatti seccare in luoghi ombrosi, areati e ben asciutti si possono utilizzare per preparare degli infusi. Il biancospino regola la circolazione sanguigna, agendo simultaneamente sul muscolo cardiaco e sui vasi attraverso il sistema nervoso.

Leggenda vuole...

Il biancospino ha ispirato agli Inglesi una leggenda il cui protagonista è Giuseppe d'Arimatea, il membro del Sinedrio che non aveva votato la condanna di Gesù e, dopo la sua morte, ne aveva chiesto il corpo a Pilato per seppellirlo. Fu lui a raccogliere il sangue del Cristo crocifisso in un calice servito per l'Ultima Cena: il Santo Graal. Poi era partito per la Britannia. Sbarcato nell'isola, piantò a Glastonbury il suo bastone dal quale, miracolosamente, fiorì un biancospino. Accanto ad esso Giuseppe costruì la prima chiesa d'Inghilterra. Da quel momento la pianta fioriva ogni anno la vigilia di Natale e il giorno seguente un suo ramo veniva portato al re e alla regina d'Inghilterra. In realtà il "miracolo" si riferisce ad un'altra specie di biancospino: il *C. monogyna* varietà *praecox*, coltivato in moltissimi giardini inglesi.